

УДК 159.9

СОЦИАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА КАК ФАКТОР СНИЖЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКОГО СТРЕССА И ПРОЯВЛЕНИЙ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ ЖЕНЩИН

**Мисиюк Ю.В., Одинцова О.Ю., Полетаева О.В.
(Ярославль, Россия)**



Мисиюк Юлия Викторовна

кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии и педагогики; Ярославский государственный медицинский университет, ул. Революционная, 5, Ярославль, 150000, Россия. Тел.: 8 (4852) 30-56-41. E-mail: misiyuk@ysmu.ru



Одинцова Оксана Юрьевна

кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии и педагогики; Ярославский государственный медицинский университет, ул. Революционная, 5, Ярославль, 150000, Россия. Тел.: 8 (4852) 30-56-41. E-mail: oksana2186@yandex.ru



Полетаева Ольга Викторовна

магистрант факультета психологии; Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, ул. Советская, 14, Ярославль, 150000, Россия. Тел.: 8 (4852) 79-77-02. E-mail: semo4ka_89_89@mail.ru

Аннотация. В настоящей статье представлен метаанализ современных зарубежных исследований социальной поддержки как ресурса совладания и родительского стресса в материнстве. В эмпирическом исследовании делается акцент на изучении социальной поддержки как фактора, комплексно снижающего негативные проявления состояний, влияющих на эмоциональное неблагополучие женщины в нормативном родителстве на всех этапах материнства. В качестве параметров в исследовании рассмотрены родительский и повседневный стрессы, родительская вина и субъективное благополучие матери, а также характеристики родительского самовосприятия женщины. Основная цель исследования сосредоточена на изучении отношений между социальной поддержкой как ресурсом совладания с родительским и повседневным стрессом, родительской виной, а также особенностями самовосприятия и психоэмоционального благополучия женщины. В исследовании принимали участие 216 женщин в возрасте от 20 до 53 лет ($M = 37,14$), имеющие 1–4 детей ($M_X = 1,86$; $SD = 0,74$) со стажем родительства от 0 до 31 года ($M = 11,94$; $SD = 6,46$). Было установлено, что социальная поддержка является фактором снижения родительского и повседневных стрессов, уменьшает проявления негативной психоэмоциональной симптоматики у матерей. Выступает как фактор положительного самовосприятия женщины в родителстве и позволяет оценивать материнство как приятный

и эмоционально вознаграждаемый опыт, делая родительство более комфортным и менее трудозатратным, способствует уменьшению выраженности родительской вины. Полученные результаты могут лечь в основу разработки программ коррекции и профилактики родительского стресса и эмоционального выгорания для женщин, испытывающих трудности в материнстве на всех этапах родительства.

Ключевые слова: родительство, материнство, родительский стресс, родительская вина, социальная поддержка

Для цитаты Мисюк Ю.В., Одинцова О.Ю., Полетаева О.В. Социальная поддержка как фактор снижения родительского стресса и проявлений психоэмоционального неблагополучия женщин // Медицинская психология в России: сетевой науч. журн. – 2023. – Т. 15, № 2. – С. 5. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: чч.мм. гггг).

Введение

Воспитание детей — это основная сфера, в которой люди сталкиваются с необходимостью интенсивно и постоянно приспосабливаться к стрессовым ситуациям, особенно в материнстве, которое до сих пор считается основной формой родительской практики [1]. Матери принимают большее участие в воспитании детей, чем отцы, воспитывающих своих детей косвенно — через их мать, где основной вклад мужчины сосредоточен преимущественно на роли кормильца семьи [2]. Именно женщины подвергаются большему риску родительского стресса, поскольку мать отвечает за маленьких детей и обычно несёт основную ответственность по уходу, при этом существует связь между вовлечённостью отца и материнским дистрессом — своим участием в родителстве отцы смягчают последствия материнского родительского стресса [3]. Родительский стресс матерей явно связан со стрессогенными факторами, затрагивающими отношения с близкими людьми, такими, как отношения с партнёром [4], при этом стресс, связанный с выполнением родительских обязанностей, не существует обособленно: он является частью семейного стресса [5] и зависит от обстоятельств повседневной жизни [6].

Последствия родительского стресса широкомасштабны и разнообразны: он связан с ухудшением здоровья, плохими супружескими отношениями и жестоким обращением с детьми [4; 6]. Доказано, что воспринимаемый родительский стресс, связанный с требованиями родителей к себе, может способствовать дисфункциональному развитию отношений между родителем и ребёнком, партнёрами, и таким образом представлять собой факторы риска психопатологии всех участников семейной системы [7]. Стресс, испытываемый матерями, может иметь такие негативные последствия, влияющие на ребёнка, как использование оскорбительных или неэффективных методов воспитания, вызвать пренебрежительное отношение к родительским обязанностям и насилие по отношению к детям из-за негативных представлений у женщин относительно родительской роли [8; 9].

Эффективность материнства опосредована множеством факторов, среди которых авторами выделяется отсутствие дефицитности в системе ресурсов женщины [10; 11], где одним из эффективных способов совладания со стрессом, связанным с воспитанием детей, является поиск социальной поддержки. Социальная поддержка — это источник поддержки, получаемой людьми, который действует как буфер против стресса, испытываемого в результате сложной ситуации, включает межличностные отношения, в которых люди получают помощь от других людей и непосредственно чувствуют поддержку [11; 12]. Социальную поддержку обычно оказывают семья, друзья, партнёры, врачи или даже общество, а матери, получающие поддержку, переживают больше положительных эмоций, чувствуют себя более комфортно и оптимистичны в отношении родительства, используют более эффективные стратегии воспитания детей [13].

Одним из основных источников социальной поддержки для женщин в родителстве являются их партнёры, непосредственно помогающие матерям в воспитании детей и поддерживающие их относительно принятия решений, связанных с проблемами ухода за детьми [11], в том числе, уже на этапе ожидания ребёнка [14]. Отмечается, что поддержка со стороны партнёра воспринимается женщинами как непосредственная помощь в уходе за ребёнком и позволяет женщине, не бояться трудностей родительства [11; 15]. Одна из форм социальной поддержки, в которой матери нуждаются больше всего, — это общение и чувство, что их мужья всегда рядом с ними, когда они переживают трудности во время выполнения роли матери [16].

В современном исследовании, проведенном на матерях в Финляндии и Англии (2022), обнаружено, что женщины обычно получают социальную поддержку со стороны врачей и

ближайших родственников [9]. Проявлениями социальной поддержки, на которые ориентированы матери, являются информационная, эмоциональная и инструментальная поддержка: например, беспокойство о ребенке со стороны мужей, друзей, врачей, или других женщин-матерей, имеющих опыт родительства [9; 17], эмоциональная поддержка и похвала [17]. Помимо партнера важную роль в предоставлении социальной поддержки для женщины в материнстве имеют члены семьи, такие, как родители, братья и сестры, а также друзья. Например, в исследовании фокус-групп с этнически разнообразной выборкой американских женщин показано (2013), что семья и друзья обеспечивают женщинам в родительстве ощутимую инструментальную помощь и эмоциональную поддержку, вызванную стрессом в раннем послеродовом периоде, помогая матерям адаптироваться и поддерживать физическое и эмоциональное здоровье [18]. Женщины, впервые ставшие матерями, отмечали, что, получая социальную поддержку в форме совета, внимания к их эмоциональному состоянию, а также близость с партнером, они ощущали заметную помощь от мужа, семьи, и друзей, при этом многие женщины считали, что эта поддержка должна быть оказана без просьб. Это позволяло им чувствовать себя в безопасности, ощущать себя более счастливыми и любимыми. Женщины демонстрировали большую удовлетворенность родительской ролью, при этом имели низкий уровень родительского стресса [11; 18].

Социальная поддержка также является важным предиктором психического здоровья матери. В исследовании ЮжноКорейских женщин (2022) было обнаружено, что существует отрицательная связь между социальной поддержкой, выступающей источником преодоления родительского стресса, и депрессией как последствием родительского стресса [19]. Значительная часть исследований социальной поддержки как способа совладания с родительским стрессом представлена изучением выборки матерей детей с ограниченными возможностями [11; 12; 18; 19; 20]: чем выше социальная поддержка, тем ниже родительский стресс, испытываемый матерями, имеющими детей-инвалидов [21].

Метаанализ западных исследований подтверждает, что для женщин в материнстве наиболее ценными источниками поддержки являются члены их семей, включая их родителей, партнеров и значимых близких. Именно поддержка со стороны супруга и близких, сходство во взглядах на родительство и воспитание на разных этапах развития ребенка, а также одобрение действий женщины в роли матери выступают важными факторами сохранения эмоционального благополучия женщины [22]. Однако многочисленные исследования социальной поддержки представлены как изучение ресурса совладания у матерей, впервые ставших родителями, и матерей детей-инвалидов и охватывают данную проблематику преимущественно в связи с изучением родительского стресса. В настоящем исследовании, охватывающем женщин на всех этапах материнства, делается акцент на изучении социальной поддержки как фактора, комплексно и системно снижающего негативные проявления состояний, влияющих на эмоциональное благополучие женщины в нормативном родительстве. Основная цель исследования сосредоточена на изучении отношений между социальной поддержкой как ресурсом совладания с родительским и повседневным стрессом, родительской виной, а также особенностями самовосприятия и психоэмоционального благополучия женщины.

Материалы и методы

Выборку эмпирического исследования составили 216 женщин в возрасте от 20 до 53 лет ($M = 37,14$), имеющие 1–4 детей ($MX = 1,86$; $SD = 0,74$) со стажем родительства от 0 до 31 года ($M = 11,94$; $SD = 6,46$).

Критерием отбора женщин для участия в исследовании было наличие детей (ребенка) до 18 лет, проживающих совместно. Исследование одобрено этическим комитетом и реализовано в строгом соответствии с политикой конфиденциальности при добровольном участии и информированном согласии всех респондентов.

Методы исследования:

«Шкала родительского стресса» (Parental Stress Scale, J. D. Berry, W. H. Jones, 1995), адаптация Ю. В. Мисиюк, И. В. Тихонова, 2022;

«Шкала воспринимаемого стресса-10» (Perceived Stress Scale-10, Cohen et al., 1983), адаптация В. А. Абабков и др., 2016;

Методика исследования удовлетворенности родительской ролью (Parent Satisfaction Scale, C. F. Halverson, H. P. Duke), 1991; адаптация Е. В. Куфтяк, 2006;

«Шкала родительской вины» (Guild About Parenting Scale, D. Haslam, J. Finch, 2020), перевод Ю. В. Мисиюк, 2021;

«Шкала субъективного благополучия» (Échelle pour l'évaluation subjective du Bien-être, A. Perrudet-Badoux, G. Mendelsohn, J. Chiche, 1988), адаптация М. В. Соколовой, 1996;

Опросник оценки ресурсов совладания со стрессом (CRIS, К. В. Matheny, W. L. Curlette, D. W. Auscock et al., 1981, 1987), перевод А. В. Махнач, 2010 (для оценки индивидуальных ресурсов совладания со стрессом была взята субшкала «Социальная поддержка»: измеряет близость членов семьи и друзей, которые могут играть роль буфера в отношении человека к стрессовым событиям жизни).

Использовались следующие статистические процедуры пакета SPSS Statistics 22: коэффициент корреляции Спирмена (для определения корреляционных связей между переменными).

Результаты исследования и их обсуждение

Корреляционный анализ демонстрирует наличие значительной отрицательной связи между социальной поддержкой как ресурсом совладания и воспринимаемым и родительским стрессом, компонентами психоэмоционального неблагополучия женщин (табл. 1).

Таблица 1. Корреляции параметров социальной поддержки и характеристик психоэмоционального неблагополучия, особенностей родительского самовосприятия женщин

Переменные	Корреляция Спирмена (r)
Родительский стресс	-0,239****
Воспринимаемый стресс	-0,287****
Родительская вина	-0,147*
Характеристики субъективного благополучия	
Напряженность и чувствительность	-0,259****
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	-0,240****
Изменения настроения	-0,181**
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	-0,173*
Характеристики удовлетворенности родительством	
Удовольствие, получаемое от воспитания и родительства	0,181**
Необременительность/легкость родительской роли	0,213**

Примечания: * — $p < 0,05$; ** — $p < 0,01$; *** — $p < 0,001$.

Чем более высокую социальную поддержку имеет мать, тем ниже выражены компоненты родительского стресса ($r = -0,239$; $p < 0,001$), а женщины испытывают большую удовлетворенность жизнью и демонстрируют позитивные эмоциональные реакции в отношении себя и ребенка, возникающие при оценке загруженности родительской ролью. Реже сталкиваются с трудностями, связанными с выполнением своей родительской роли, такими как: стиль воспитания, уровень привязанности к ребенку, ограничения, связанными с родительством — «ощущением непринадлежности самому себе» [6; 14]. Поддержка со стороны супруга и близких снижает чувствительность к повседневным стрессорам и уменьшает выраженность компонентов повседневного стресса ($r = -0,287$; $p < 0,001$). При этом родительский стресс довольно тесно связан с воспринимаемым стрессом — выявлены тесные положительные взаимосвязи родительского стресса с воспринимаемым стрессом ($r = 0,355$; $p < 0,001$). Соответственно, трудности, связанные с аспектами воспитания и ухода за детьми, воспринимаются как более неразрешимые на фоне усиления повседневных стрессоров. В свою очередь, дистресс, связанный с выполнением родительской роли, влечет за собой повышение уровня реактивности на повседневные стрессоры.

Эмоционально-оценочные характеристики родительского самовосприятия связаны прямыми корреляционными связями с наличием поддержки социального окружения. Сходство во взглядах на родительство и воспитание на разных этапах развития ребенка, одобрение действий женщины в роли матери со стороны партнера и близких выступают важными факторами, усиливающими компоненты положительных аспектов самовосприятия родительства: испытуемые демонстрируют большую удовлетворенность от выполнения родительской роли и воспитания ($r = 0,181$; $p < 0,01$), оценивают материнство как приятный и эмоционально вознаграждаемый опыт, а исполнение родительских обязанностей и уход за ребенком менее обременительным, воспринимают материнство субъективно более комфортным ($r = 0,213$; $p < 0,01$).

В качестве обобщенного показателя психологического здоровья женщин в настоящем исследовании рассматривается показатель субъективного благополучия. Так, социальная поддержка со стороны ближайшего окружения женщины способствует снижению всех показателей психоэмоционального неблагополучия: снижается субъективное переживание тяжести повседневной деятельности и потребности в уединении, характеризующие напряженность и чувствительность ($r = -0,259$; $p < 0,001$). Снижается выраженность признаков, сопровождающих основную психоэмоциональную симптоматику ($r = -0,240$; $p < 0,001$), таких как нарушения сна, беспокойство, чрезмерная острота реакций на неудачи и сложности, усиление рассеянности. Снижение пессимистического модуса восприятия и выраженности изменений настроения женщин ($r = -0,181$; $p < 0,01$) демонстрирует улучшение настроения. В целом, повышается удовлетворенность собой и активность повседневной деятельности ($r = -0,173$; $p < 0,05$).

В настоящем исследовании родительская вина, как негативное переживание вследствие анализа собственных действий в отношении ребенка и в связи с ожиданиями от себя как от родителя, снижается у женщин в случае возможности получить поддержку близких и партнера ($r = -0,147$; $p < 0,05$). Это крайне важно в контексте уменьшения дезадаптирующего компонента родительской вины и улучшения эмоционального состояния женщины, усиления аспектов физического и психологического благополучия, снижения чувства неполноценности.

Полученные результаты согласуются с исследованиями Zhao, Fu, Ai, (2021) и Nelson S.K., Kushlev K., Lyubomirsky S. (2014), в которых установлено, что восприятие большей поддержки со стороны других в развитии родительских задач способствует снижению показателей родительского стресса [23], помогает женщинам испытывать больше положительных эмоций [24], и повышает их устойчивость к трудностям родительства. Матери, получающие социальную поддержку, подтверждают, что это дает им ощущение заботы, чувство ценности, принадлежности к социальной группе. Женщины в таком случае чувствуют уверенность в собственных силах и способны эффективно преодолевать родительские стрессоры. Отсутствие социальной поддержки и повышенный родительский стресс могут стать причиной ухудшения качества жизни женщин.

Выводы

Исследование социальной поддержки демонстрирует, что данный ресурс является важным для матерей на всех этапах родительства и выступает в качестве фактора снижения родительского и повседневных стрессов, уменьшает проявления негативной психоэмоциональной симптоматики.

Социальная поддержка как фактор положительного самовосприятия женщины в родительстве позволяет оценивать материнство как приятный и эмоционально вознаграждаемый опыт, делая родительство более комфортным и менее трудозатратным, а воспитание детей не воспринимается «тяжелым бременем», отнимающим энергию и время.

Поскольку вина матери, как «универсальное, неизбежное явление, с которым сталкиваются все женщины, ставшие матерями, независимо от их возраста или возраста их детей» [25, с. 62] мешает саморазвитию и здоровым взаимоотношениям с близкими, крайне важно рассматривать социальную поддержку как доступный способ снижения родительской вины, что несомненно является источником психического здоровья женщины и благополучия ребенка. Данный аспект может иметь прикладное значение и использоваться в практике психологической помощи и профилактики родительского выгорания.

Список источников

1. Henderson A., Harmon S., Newman H. The price mothers pay, even when they are not buying it: Mental health consequences of idealized motherhood // *Sex Roles: A Journal of Research*. – 2016. – Vol. 74, no. 11–12. – P. 512–526. doi: 10.1007/s11199-015-0534-5
2. Fathers' involvement in child care activities: Qualitative findings from the highlands of Madagascar / H. Rakotomanana, C.N. Walters, J.J. Komakech [et al.] // *PLoS ONE*. – 2021. – Vol. 16, no. 3. – P. 1–18. doi: 10.1371/journal.pone.0247112
3. The buffering role of paternal parenting stress in the relationship between maternal parenting stress and children's problematic behavior / C. Trumello, A. Babore, M. Cofini [et al.] // *International Journal of Psychology*. – 2021. – Vol. 56, no. 5. – P. 739–744. doi.org/10.1002/ijop.12758
4. Петрановская Л.В., Чеботарева Е.Ю. Родительский стресс российских матерей и его связь со стилем привязанности // *Возможности и риски цифровой среды: VII Всероссийская*

научно-практическая конференция по психологии развития (чтения памяти Л.Ф. Обуховой): сб. матер.: в 2 т. – М.: МГППУ, 2019. – Т. 2. – С. 306–310.

5. Николаева И.А., Овчарова Р.В. Основные направления исследований родительской толерантности // Вестник Курганского государственного университета. – 2018. – № 1 (48). – С. 37–42.

6. Nithya S., Farseena K.P., Thomas S. Parental stress among parents across their parenting role // The International Journal of Indian Psychology. – 2021. – Vol. 9, no. 1. – P. 611–615. doi: 10.25215/0901.061

7. Тихонова И.В., Мисюк Ю.В., Севастьянова У.Ю. Стрессогенность и интенсивность родительства в представлениях студенческой молодежи // Образование и наука. – 2023. – Т. 25, № 10. – С. 153–182. doi: 10.17853/1994-5639-2023-10-153-182

8. Multisystemic therapy for child abuse and neglect: Parental stress and parental mental health as predictors of change in child neglect / J. Bauch, S. Hefti, L., Oeltjen [et al.] // Child Abuse and Neglect. – 2022. – Vol. 126. – P. 105489. doi: 10.1016/j.chiabu.2022.105489

9. Swanson V., Hannula L. Parenting stress in the early years – a survey of the impact of breastfeeding and social support for women in Finland and the UK // BMC Pregnancy and Childbirth. – 2022. – Vol. 22, no. 1. – P. 699. doi: 10.1186/s12884-022-05010-5

10. Золотова И.А., Хазова С.А. Ресурсы женщины в раннем послеродовом периоде, связанные с заболеванием новорожденного // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2023. – Т. 14, № 2. – С. 158–167. – doi: 10.34883/PI. 2023.14.2.005

11. Hutagaol M.W., Rahayu M.N.M. Social support and parental stress among first-time mother // Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche). – 2023. – Vol. 4. – P. 204–214.

12. Social Support and Burden of Care among Parents of Children with Special Needs / Rahmayanti F.D., Rahmania F.A., Anisa S.N. [et al.] // INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental. – 2022. – Vol. 7, no. 2. – P. 156–166. doi: 10.20473/jpkm.v7i2 2022.156-166

13. Hanifah P., Rozali Y.A. Gambaran dukungan sosial pada wanita pasca persalinan // JCA Psikologi. – 2021. – Vol. 2, no. 2. – P. 116–124.

14. Одинцова О.Ю., Мисюк Ю.В. Трансформации современного родительства: психологические аспекты: монография. – Кострома: Костромской государственный университет, 2022. – 240 с.

15. Savitri D.A., Herdajani F. Hubungan Kepribadian Hardiness dan Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan Ibu dalam Menghadapi Perilaku Tantrum Anak Usia Prasekolah Di Kampung Banjir Kanal // Psikologi Kreatif Inovatif. – 2023. – Vol. 3, no. 1. – P. 124–133. doi: 10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i1.2151

16. Social support and parenting stress during the Covid-19 pandemic / Y. Yunisah, R.P. Amalia, A.R. Akram [et al.] // Journal of Educational, Health and Community Psychology. – 2022. – Vol. 11, no. 3. – P. 684–697. doi: 10.12928/jehcp.v11i3.23801

17. Maternal confidence and parenting stress of first-time mothers in Taiwan: The impact of sources and types of social support / H.-H. Huang, T.-Y. Lee, X.-T. Lin [et al.] // Healthcare (Basel). – 2022. – Vol. 10, no. 5. – P. 118–126. doi: 10.3390/health care10050878

18. Social support during the postpartum period: Mothers' views on needs, expectations, and mobilization of support / R. Negron, A. Martin, M. Almog [et al.] // Maternal and Child Health Journal. – 2013. – Vol. 17, no. 4. – P. 616–623. doi: 10.1007/s10995-012-1037-4

19. Park G.A., Lee O.N. The moderating effect of social support on parental stress and depression in mothers of children with disabilities // Occupational Therapy International. – 2022. – Vol. 2022. – P. 5162954. doi: 10.1155/2022/5162954

20. Riany Y.E., Ihsana A. Parenting stress, social support, self-compassion, and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD // Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi. – 2021. – Vol. 6, no. 1. – P. 47–60. doi: 10.21580/pjpp.v6 i1.6681

21. Abd El-Aziz A., Ibrahim M., Abdullah S. Relationship between parenting stress and social support among mothers of children with different disabilities // Assiut Scientific Nursing Journal. – 2022. – Vol. 1. – P. 7. doi: 10.21608/asnj.2022.139336. 1384

22. Тихомирова Е.В., Уманская И.А. Женщина в ранний период материнства как объект психологического исследования // Ярославский педагогический вестник. – 2016. – № 4. – С. 147–151.

23. Zhao M., Fu W., Ai J. The mediating role of social support in the relationship between parenting stress and resilience among Chinese parents of children with disability // Journal of Autism and Developmental Disorders. – 2021. – Vol. 51, no. 10. – P. 3412–3422. doi: 10.1007/s10803-020-04806-8

24. Nelson S.K., Kushlev K., Lyubomirsky S. The pains and pleasures of parenting: When, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? // *Psychological bulletin*. – 2014. – Vol. 140, no. 3. – P. 846–895. doi: 10.1037/a0035444
25. Seagram S., Daniluk J.C. "It goes with the territory": The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children // *Women and Therapy*. – 2002. – Vol. 25, no. 1. – P. 61–88. doi: 10.1300/J015v25n01_04

References

1. Henderson A., Harmon S., Newman H. The price mothers pay, even when they are not buying it: Mental health consequences of idealized motherhood. *Sex Roles: A Journal of Research*, 2016, vol. 74, no. 11–12, pp. 512–526. doi: 10.1007/s11199-015-0534-5
2. Rakotomanana H., Walters C.N., Komakech J.J., Hildebrand D., Gates G.E., Thomas D.G., et al. Fathers' involvement in child care activities: Qualitative findings from the highlands of Madagascar. *PLoS ONE*, 2021, vol. 16, no. 3, pp. 1–18. doi: 10.1371/journal.pone.0247112
3. Trumello C., Babore A., Cofini M., Baiocco R., Chirumbolo A., Morelli M. The buffering role of paternal parenting stress in the relationship between maternal parenting stress and children's problematic behavior. *International Journal of Psychology*, 2021, vol. 56, no. 5, pp. 739–744. doi.org/10.1002/ijop.12758
4. Petranovskaya L.V., Chebotareva E.Yu. Parental stress of Russian mothers and its connection with attachment style. *Vozmozhnosti i riski tsifrovoy sredy: VII Vserossiiskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya po psikhologii razvitiya (chteniya pamyati L.F. Obukhovo)* (in 2 volumes). Moscow, MGPPU Publ., 2019. Vol. 2, pp. 306–310. (In Russ.).
5. Nikolaeva I.A., Ovcharova R.V. Main research areas of parental tolerance. *Vestnik Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta – Bulletin of Kurgan State University*, 2018, no. 1 (48), pp. 37–42. (In Russ.).
6. Nithya S., Farseena K.P., Thomas S. Parental stress among parents across their parenting role. *The International Journal of Indian Psychology*, 2021, vol. 9, no. 1, pp. 611–615. doi: 10.25215/0901.061
7. Tikhonova I.V., Misiyuk Yu V., Sevast'yanova U.Yu. Stress and intensity of parenthood in the ideas of students. *Obrazovanie i nauka – The Education and Science Journal*, 2023, vol. 25, no. 10, pp. 153–182. (In Russ.). doi: 10.17853/1994-5639-2023-10-153-182
8. Bauch J., Hefti S., Oeltjen L., Pérez T., Swenson C.C., Fürstenau U., et al. Multisystemic therapy for child abuse and neglect: Parental stress and parental mental health as predictors of change in child neglect. *Child Abuse and Neglect*, 2022, vol. 126, pp. 105489. doi: 10.1016/j.chiabu.2022.105489
9. Swanson V., Hannula L. Parenting stress in the early years – a survey of the impact of breastfeeding and social support for women in Finland and the UK. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 2022, vol. 22, no. 1, pp. 699. doi: 10.1186/s12884-022-05010-5
10. Zolotova I.A., Hazova S.A. Women's resources in the early postpartum period related to neonatal illness. *Psikhiatriya, psikhoterapiya i klinicheskaya psikhologiya – Psychiatry, Psychotherapy and Clinical Psychology*, 2023, v. 14, no. 2, pp. 158–167. (In Russ.). doi: 10.34883/PI. 2023.14.2.005
11. Hutagaol M.W., Rahayu M.N.M. Social support and parental stress among first-time mother. *Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche)*, 2023, vol. 4, pp. 204–214.
12. Rahmayanti F.D., Rahmania F.A., Anisa S.N., Nashori F. Social support and burden of care among parents of children with special needs. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2022, vol. 7, no. 2, pp. 156–166. doi: 10.20473/jpkm.v7i2 2022.156-166
13. Hanifah P., Rozali Y.A. Gambaran dukungan sosial pada wanita pasca persalinan. *JCA Psikologi*, 2021, vol. 2, no. 2, pp. 116–124.
14. Odintsova O.Yu., Misiyuk Yu.V. Transformatsii sovremennogo roditel'stva: psikhologicheskie aspekty [Transformations of modern parenthood: psychological aspects]. Kostroma: Kostromskoi gosudarstvennyi universitet Publ., 2022. 240 p.
15. Savitri D.A., Herdajani F. Hubungan Kepribadian Hardiness dan Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan Ibu dalam Menghadapi Perilaku Tantrum Anak Usia Prasekolah Di Kampung Banjir Kanal. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2023, vol. 3, no. 1, pp. 124–133. doi: 10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i1.2151
16. Yunisah Y., Amalia R.P., Akram A.R., Moeliono M.F., Abidin F.A. Social support and parenting stress during the Covid-19 pandemic. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 2022, vol. 11, no. 3, pp. 684–697. doi: 10.12928/jehcp.v11i3. 23801

17. Huang H.-H., Lee T.-Y., Lin X.-T., Duan H.-Y. Maternal confidence and parenting stress of first-time mothers in Taiwan: The impact of sources and types of social support. *Healthcare (Basel)*, 2022, vol. 10, no. 5, pp. 118–126. doi: 10.3390/healthcare10 050878
18. Negron R., Martin A., Almog M., Balbierz A., Howell E.A. Social support during the postpartum period: Mothers' views on needs, expectations, and mobilization of support. *Maternal and Child Health Journal*, 2013, vol. 17, no. 4, pp. 616–623. doi: 10.1007/s10995-012-1037-4
19. Park G.A., Lee O.N. The moderating effect of social support on parental stress and depression in mothers of children with disabilities. *Occupational Therapy International*, 2022, vol. 2022, pp. 5162954. doi: 10.1155/2022/5162954
20. Rianny Y.E., Ihsana A. Parenting stress, social support, self-compassion, and parenting practices among mothers of children with ASD and ADHD. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2021, vol. 6, no. 1, pp. 47–60. doi: 10.21580/pjpp.v6i1.6681
21. Abd El-Aziz A., Ibrahim M., Abdullah S. Relationship between parenting stress and social support among mothers of children with different disabilities. *Assiut Scientific Nursing Journal*, 2022, vol. 1, pp. 7. doi: 10.21608/asnj.2022.139336.1384
22. Tikhomirova E.V., Umanskaya I.A. The woman in early motherhood days as an object of the psychological research. *Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik – Yaroslavl Pedagogical Bulletin*, 2016, no. 4, pp. 147–151. (In Russ.).
23. Zhao M., Fu W., Ai J. The mediating role of social support in the relationship between parenting stress and resilience among Chinese parents of children with disability. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 2021, vol. 51, no. 10, pp. 3412–3422. doi: 10.1007/s10803-020-04806-8
24. Nelson S.K., Kushlev K., Lyubomirsky S. The pains and pleasures of parenting: When, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? *Psychological Bulletin*, 2014, vol. 140, no. 3, pp. 846–895. doi: 10.1037/a0035444
25. Seagram S., Daniluk J.C. "It goes with the territory": The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women and Therapy*, 2002, vol. 25, no. 1, pp. 61–88. doi: 10.1300/J015v25n01_04

Social support as a factor in reducing parental stress and manifestations psychoemotional unwell-being in women

Misiyk Yu.V.1

E-mail: misiyk@ysmu.ru

Odintcova O.Yu.1

E-mail: oksana2186@yandex.ru

Poletaeva O.V.2

E-mail: semo4ka_89_89@mail.ru

1 Yaroslavl State Medical University

5 Revolyutsionnaya str., Yaroslavl, 150000, Russia

Phone: +7 (4852) 30-56-41

2 Yaroslavl State University

14 Sovetskaya str., Yaroslavl, 150000, Russia

Phone: +7 (4852) 79-77-02

Abstract. This article presents a mathematical analysis of modern foreign studies of social support as a resource of coping and parental stress in motherhood. The empirical study focuses on the study of social support as a factor that comprehensively reduces the negative manifestations of conditions affecting the emotional distress of a woman in normative parenthood at all stages of motherhood. The parameters in the study were parental and everyday stress, parental guilt and the mother's subjective well-being, as well as characteristics of the woman's parental self-perception. The main goal of the study is focused on studying the relationship between social support as a resource for coping with parental and everyday stress, parental guilt, as well as the characteristics of a woman's self-perception and psycho-emotional well-being. The study involved 216 women aged from 20 to 53 years ($M = 37.14$), having 1–4 children ($M = 1.86$, $SD = 0.74$) with parenthood experience from 0 to 31 years ($M = 11.94$, $SD = 6.46$). It was found that social support is a factor in reducing parental and everyday stress, and reduces the manifestations of negative psycho-emotional symptoms in mothers. Acts as a factor in a woman's

positive self-perception in parenthood and allows her to evaluate motherhood as a pleasant and emotionally rewarding experience, making parenthood more comfortable and less labor-intensive, and helps reduce the severity of parental guilt. The results obtained can form the basis for the development of programs for the correction and prevention of parental stress and emotional burnout for women experiencing difficulties in motherhood at all stages of parenthood.

Key words: parenthood, motherhood, parental stress, parental guilt, social support

For citation

Misiyk Yu.V., Odintcova O.Yu., Poletaeva O.V. Social support as a factor in reducing parental stress and manifestations psychoemotional unwell-being in women. Med. psihol. Ross., 2023, vol. 15, no. 2, p. 5. (In Russ.). Available at: <http://mprj.ru>

Дата принятия 01.03.2023

Accepted for publication 01.03.2023 for all articles №2 (79) 2023